

سندرم کودک لوس

Spoiled child



پرستاری کودکان یک
دانشگاه علوم پزشکی گلستان
دکتر لیلا جویباری

اهداف یادگیری

- تعریف کودک لوس
- مشخصات یک کودک لوس
- زمینه های ایجاد کودک لوس
- مشخصات خانواده دارای کودک لوس
- باورهای درست و نادرست
- پیشگیری و نکات عملی در ایجاد نظم در کودک در سنین مختلف

کودکان موجودات در حال رشدی هستند و براساس این که در سال‌های اولیه زندگی چگونه تربیت شوند و آموزش ببینند، سبک خاص رفتاری پیدا می‌کنند.

این سبک رفتاری الگویی تقریباً ثابت و دائمی برای آنها به وجود می‌آورد، و تعیین‌کننده نحوه ارتباطات و برخوردهای آنان نیز می‌باشد. یکی از سبک‌های غلط رفتاری این کودکان، ناتوانی در ایجاد و برقراری رابطه سالم با همسالان است؛ یعنی این کودکان راه‌های برقراری ارتباط سالم را نمی‌دانند.

یک کودک بی نظم است که اکثر مواقع طوری رفتار می کند که
انگار ۲-۳ ساله است.



خودخواه، بهانه گیری ، بی ملاحظه، بیزارکننده

زمانی به کودک لوس اطلاق میشود که رفتار اجتماعی مطابق با سن
شناسنامه ای نداشته باشد و در برقراری ارتباط سالم با دیگران
دچار مشکل باشد

مشخصات یک کودک لوس

- * از قوانین پیروی نمی کند.
- * به همه چیز اعتراض می کند.
- * فرق بین ارزوها و نیازهایش را نمی تواند بشناسد.
- * در راه رسیدن به اهداف خود پافشاری می کند.
- * به حقوق دیگران احترام نمی گذارد.
- * سعی می کند دیگران را به کنترل خود در آورد.
- * تحمل بسیار پایینی در برابر مشکلات روزمره خود دارد.
- * مکرراً ناله می کند و کج خلقی دارد.
- * دائماً از خسته بودن شکایت می کند.

زمینه های ایجاد سندرم کودک لوس

* علت اصلی آسان گرفتن و سخت گیر نبودن والدین است.

* اگر پدر و مادر اختیار بیش از حد به کودک بدهند، بچه خودخواه خواهد شد.

* دلیل این رفتار والدین این است که نمی خواهند به احساسات کودکشان آسیب برسد و یا گریه بچه شان را بشنوند.

* کودک از ۵ یا ۶ ماهگی یاد می گیرد برای رسیدن به هر چیزی که می خواهد گریه کند.

* اگر کودک با همین شیوه تربیت شود وقتی به سن مدرسه رسید والدین و بچه های دیگر را ازار می دهد. تا جایی که حتی تحمل آنها برای والدین هم مشکل میشود.

* بطور کلی یک بچه لوس از هر لحاظ به یک فرد ضعیف در جامعه تبدیل میشود.

پیشگیری

*سن مناسبی را برای ایجاد محدودیت ها انتخاب کنید.

*بزرگتر ها باید محیط امنی برای بچه هایشان ایجاد کنند.

*برای ایجاد نظم باید از سنی شروع کرد که بچه شروع به چهار دست و پا رفتن میکند تا زمانی که خودش بتواند خودش را کنترل کند و نظم و ترتیب را ایجاد کند.

*اگر بچه شما همه اوقات شما را دوست داشته باشد شما پدر و مادر خوبی نیستید.

از او بخواهید از قوانین مهم پیروی کند.

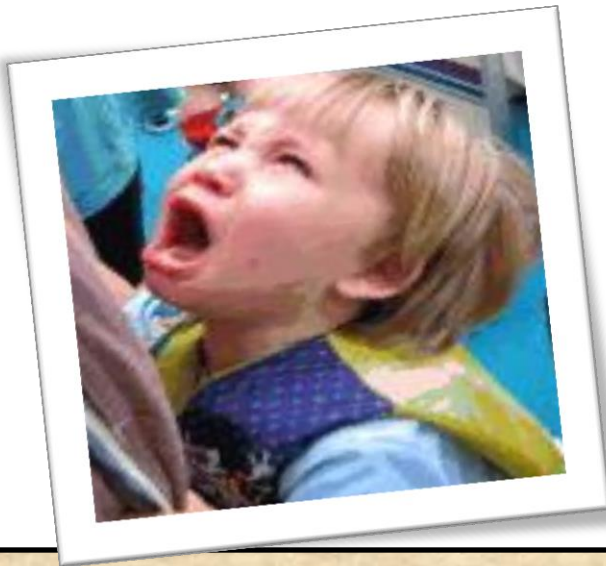
*ولی در بعضی مواقع باید به کودک خود حق انتخاب داد.

*قوانین مهم نباید بیش از ۱۰ تا ۱۲ تا باشد



توقع کودک خود از گریه را بشناسید

- * بین نیازها و خواسته های کودک خود فرق بگذارید.
- * اگر گریه کودک برای نیاز است فوراً نیازش را رفع کنید.
- * گریه ناشی از کج خلقی کودک باید نادیده گرفته شود.
- * کودک را بخاطر گریه کردن تنبیه نکنید.



اجازه ندهید که برای انجام کاری کج خلقی کند

*کودک گاهی اوقات از گریه بعنوان وسیله ای برای تبدیل
نه والدین به بله استفاده می کند.

*به کج خلقی های کودک بی اعتنایی کنید و تسلیم
نشوید



انضباط را در تمام مواقع اجرا کنید.

*اجرای نظم و قانون در صورتی که کودک شما بد اخلاق باشد بسیار سخت است.

*محدودیت ها را حتی در تفریحات به او یادآوری کنید.



از مجادله با کودک خود اجتناب نمایید.

* با کودک ۲ یا ۳ ساله در مورد قوانین زیاد صحبت نکنید

* کودک در سن ۴ سالگی برای انجام ندادن وظیفه خود دلیل

می آورد

* در سال های اولیه مدرسه کودک مشتاق بحث در مورد قوانین

می شود

* با شروع سن ۱۴ یا ۱۶ سالگی او می تواند مثل یک بزرگسال در این

مورد بحث کند



به کودک خود بیاموزید که با خستگی کنار بیاید.

* کودک باید یاد بگیرد خود را سرگرم کند

* به کودک وظایفی محول کنید تا انجام بدهد

* برای یادگیری نقش های اجتماعی می توانید او را به یک

مهد کودک بفرستید

به کودک خود صبر کردن بیاموزید .

✱ صبر کردن به کودک کمک می کند تا در مشکلات تصمیم گیری صحیح بکند

✱ گاهی اوقات برای انجام در خواست کودک خود چند دقیقه او را منتظر بگذارید

✱ سلامتی عاطفی و استقامت کودک به این شکل بهبود می یابد

کودک خود را از چالش طبیعی زندگی نجات ندهید.

*این چالش ها فرصتی برای یاد گیری حل مشکل هستند

*همیشه در دسترس باشید و کودک خود را حمایت کنید

اما به او کمک نکید، او می تواند خودش موقعیت ها را

کنترل کند.

کودک خود بیش از حد تشویق نکنید.

* کودک خود را به خاطر رفتار خوب و پیروی از قوانین

تشویق کنید اما نه بیش از حد

* تشویق بیش از حد باعث وابستگی زیاد کودک می شود.

به کودک خود بیاموزید به حقوق بزرگترها احترام بگذارد.

* کیفیت و کمیت زمان سپری شده با کودک مهم است

* والدین نباید همه اوقات فراغتی که دارند با کودک خود سپری

کنند زیرا آنها نیز به یک زمانی برای حفظ سلامت ذهنی خود

احتیاج دارند



کودک لوس چگونه است؟

مثال: وقتی جونیور و مادرش به اتاق انتظار دکتر می روند آنها دو جا برای نشستن داشتن یکی صندلی بزرگ و دیگری صندلی کوچک. جونیور روی صندلی بزرگ می نشیند و وقتی که مادرش به او می گوید «بلند شو» ناراحت و عصبانی می شود.

این نمایش غیر معمول نیست حتی گاهی کودکان پیش دبستانی کیف مادران خود را خالی می کنند و تمام عابر بانک هایشان را دور می اندازند در واقع بیشتر کودکان لوس بی انضباط، بی ادب و معمولاً پر درد سرند و فقط می گوید من می خواهم

زمینه ایجاد کودک لوس

برخی از والدین فکر می کنند بسیاری از کارهای کودکان آنها درست است و برخی دیگر خیلی سخت می گیرند که این دو باعث لوس شدن بچه می شود و در این صورت اگر شما وسیله سرگرمی یا کارهای مورد علاقه آنها را نادیده بگیرید با یک رفتار هیجانی مثل گریه کردن، فریاد زدن، مشت زدن بر روی زمین رو به رو می شوید.

برخی از متخصصان موافق این قضیه اند که بسیاری از پدرها و مادرها فرزندان شان را دوست دارند و تنها برایشان بهترین چیزها را می خواهند و نمی خواهند بچه هایشان سختی و احساس استرس را تجربه کنند.

داشتن یک فوق برنامه سخت برای بچه ها، کار زیاد در زمان کم، زمان کم کنار هم بودن خانواده و یک جامعه سخت پدرها و مادرها را مجبور می کند تا در برابر خواسته های فرزندان شان بیشتر خود را خم کنند.

مشکلات کودکان لوس

بیشتر این کودکان دچار شب ادراری می شوند که در پسران دو برابر دختران است در این صورت وقتی پسر بچه به نوجوانی می رسد کنترل خود را زود از دست می دهند و عصبانی می شوند و به سمت افسردگی پیش می روند و زندگی کردن برای این کودکان اغلب سخت و طاقت فرسا است.

چگونگی رفتار با کودک لوس

– باید به آنها اجازه انتخاب داد.

کودکان از ۱۸ ماهگی یاد می گیرند که چه چیزی بد و چه چیزی خوب است در واقع انتخاب شامل چیزهایی است که دوست دارد (اب پرتقال دوست داری یا اب انار).

*. ناسازگاری عموماً کلیدی است که کودکان را از قاعده دور می کند.

یک راه برای جلوگیری از لوس شدن: دادن فرصت و تجربه برای

مرتب کردن اتاق و محیط زندگی

– برای کودک مهم است که مشکلات دیگران را احساس و برای حل کردن مشکل با دیگران ارتباط برقرار کنند.

– والدین باید ابتدایی ترین نیازهای کودکان را فراهم کنند؛
برقراری ارتباط خوب، دادن اعتماد و حق انتخاب به آنها

– گفتگو با فرزندان لوس و گفتن عاقبت سرپیچی کردن

- اینکه چه کارهایی را دوست ندارید و باید تغییر دهند.
- بگویید که هنوز آنها را دوست دارید اما وقتی این کارها را انجام می دهند از دستشان ناراحت می شوید.
- کمک گرفتن از کتاب ها و روانشناسان نیز در تربیت این کودکان کمک کننده است،
- والدین این را باید یک قاعده قرار دهند که هیچ وقت در انجام کاری که بچه ها توانایی انجام ان را دارند دخالت نکنند.

جمع بندی مطالب

- رفتارهایی که از کودکان سر می زند و در واقع سبک زندگی آنان را نشان می دهد، آموختنی و اکتسابی است.
- آن چه در مورد شخصیت، عادات، تجربیات و یادگیری کودکان مشاهده می کنیم، تأثیرپذیر از محیط زندگی شان است.
- روش هایی که والدین در قبال فرزندان اعمال می کنند؛ تشویق و تنبیه، قوانین و مقررات در خانواده، نحوه اجرای قوانین خانواده، انعطاف داشتن، سختگیر، قاطع و یا تسلیم شونده بودن در ساخت فکری کودکان و رفتارهای آنان بسیار مؤثر است.
- یک راهکار مهم «تناوب های منطقی»: به کودک بگویید اگر چیزی را که متعلق به کسی است بشکند باید آن را تعمیر کرده و یا یکی دیگر به جای آن بخرد و یا اگر احساسات کسی را جریحه دار کند باید از او عذرخواهی کند.



جمع بندی مطالب

- بین حمایت و لوس کردن تفاوت وجود دارد.
- حمایت : شما به فرزند استقلال را می آموزید.
- رفتارهای مثبت او را تقویت و تشویق کنید.
- رفتارهای منفی فرزند را زیاد مورد بحث قرار ندهید.
- رفتارهای مثبتی که مدام از فرزندان سر می زند را تشویق کرده و روی آنها کار کنید.

منابع

- دانش پرستاری. از کلاس درس تا جامعه. سندرم کودک لوس. ترجمه: عباس طباطبایی - دانشجوی پرستاری - واحد پرستاری کودک سالم. قابل دسترسی از:

<http://jouybari.blogfa.com/post/420>

<http://jouybari1.blogfa.com/post/414>

- Medscape Medical News > Psychiatry. How to Raise a Narcissist. Pauline Anderson March 13, 2015 دسترسی نیاز به لاگین دارد

<http://www.medscape.com/viewarticle/841417>

- Are Your Children Spoiled? دسترسی آزاد

<http://www.webmd.com/parenting/features/are-your-children-spoiled>

Spoiled Child Syndrome چکیده مقاله

<http://pediatrics.aappublications.org/content/83/1/108>

اطفال بیشتر به
دستور و
سر مشق
محتاجند تا
انتقاد و عیب
جویی



سندرم کودک لوس
Spoiled child

پرستاری کودکان یک
دانشگاه علوم پزشکی گلستان
دکتر لیلا جویباری